Рецепты • Напитки • Сервировка • Техника для кухни • Продукты • Рестораны

www.appetite.org.ua

Кушать подано!

№5(35) 2009

ISSN 1819-8910

05>

4 821819 891063

Перефразируя классика, напомним: май дается человеку один раз в году, и прожить его нужно так, чтобы потом не было мучительно больно за бесцельно прожитые дни. Используйте время разумно, наслаждаясь необыкновенным вкусом шашлыка, приготовленного своими руками (рецепт на стр. 60).

Майское гуляние

- зелень на первое
- блюда для пикника
- готовим поленту
- запекаем мясо в тесте

НАМ 3 ГОДА!

Идеи для пикника

Journal-plaza.net ®

Кушать подано!

№5 (35) '2009

8

63

www.appetite.org.ua

4 Новости

8 За покупками
Хрену не хватает!

12 Первые блюда
Главное – зелень

16 Готовим в мае
Рыбная идиллия

20 Гурман-клуб
Империя вкуса

26 Праздничная кухня
Надежная защита

33 Простые рецепты
Часть 4. Блюда для пикника.

37 Мастер-класс
Чудо-тортик

40 Кулинарная библиотека
Сытный «Бабкин Дом»

48 Wellness-меню
Салатная алхимия

52 Блюдо из ресторана
На вес золота

54 Интересные идеи
Проще простого

56 Рецепты читателей
Впали в детство

58 Напитки
Коктейли с историей

60 Рецепт с обложки
Шашлычок из баранины
и овощей на рисовой подушке

61 Конкурс

63 Техника
Выбор гриля

64 Посуда
Крепкая вода

65 Сервировка
Игры на воздухе

66 Кулинарные хитрости
5 способов сделать
кальмары еще вкуснее

ШЕФ-РЕДАКТОР
Светлана Островская

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР
Татьяна Капелюшна

АРТ-ДИРЕКТОР
Вячеслав Марченко

ДИЗАЙНЕРЫ
Михаил Килеса,
Анастасия Леднёва,
Наталья Недзведская

КОНТРОЛЬНЫЕ РЕДАКТОРЫ
Мария Марченко,
Элеонора Чепинская

ФОТОГРАФ Владимир Хомяков

ОТДЕЛ РЕКЛАМЫ
Татьяна Кожанова,
Анна Карвацкая

ОТДЕЛ РЕАЛИЗАЦИИ
Мария Котовская, Ольга Петрусь

Журнал «Кушать подано!», №5 (35) 2009
Свидетельство о регистрации
КВ №13373-2257ПРот 06.11.2007 г.
Подписной индекс 95474
Выходит 12 раз в год. Издается с апреля 2006 г.
Учредитель и издатель – ООО «Блиц-Пресс»
Директор – Николай Москаленко

За содержание и достоверность рекламной информации ответственность несет рекламодатель.
Мнение редакции не всегда совпадает с точкой зрения авторов.
Полная или частичная перепечатка материалов допускается только с письменного разрешения редакции.
Цветоделение и печать –
Киев, ул. Бориспольская, 15; тел. 425-1254
Цена свободная. Тираж 55 000 экз.

Адрес редакции и издателя: 02140, Киев, ул. Мишуги, 3-в, оф. 19
Телефон редакции: (044) 501-4860, факс: (044) 501-4863
E-mail: office@imedia.org.ua, http://www.appetite.org.ua

По вопросам размещения рекламы обращайтесь, пожалуйста, по телефонам: (044) 501-4860, 501-4861

© «Блиц-Пресс», 2009 г.
Все права защищены.

Journal-plaza.net ®

Идеальный эспрессо

Элегантная кофемашина нового поколения Zespresso Cafe приготовит вкусный и ароматный кофе из капсул всего за 25 секунд! Кофемашина состоит из прозрачного извлекаемого контейнера для воды, вибрирующей помпы с давлением 20 бар и ручки, которая делает возможной варку кофе в системе pre-infusion, обеспечивая получение неповторимого ароматного напитка. Простая панель управления состоит всего лишь из двух кнопок, которые сигнализируют о включении прибора и готовности начать процесс приготовления. Кофемашина дает возможность готовить кофе в соответствии с индивидуальными вкусовыми предпочтениями – традиционный или так называемый продленный эспрессо – за необычайно короткое время. Zespresso Cafe обеспечивает оптимальную температуру воды (85 °С), соответствующее давление нагнетания воды к капсуле с кофе и богатую пенку цвета ореха с густой однородной структурой. Наслаждайтесь!

Готовить – так в удовольствие!

Медленноварка KENWOOD CP658 – уникальное устройство для тушения и томления разнообразных продуктов – позволяет готовить пищу в керамической посуде при температуре не выше 80 °С. Это позволяет достичь идеальных вкусовых качеств и при этом не потерять витамины и не утратить полезные свойства продуктов. Медленноварка идеально подходит для приготовления не только традиционных блюд – тушеного мяса, голубцов, плова и разнообразных каш, – но и многих других кушаний: первых блюд, блюд из морепродуктов и даже десертов. Еще один плюс медленноварки KENWOOD CP658 – возможность приготовления домашнего варенья и джемов. С KENWOOD CP658 вы навсегда забудете о чистке кастрюль или плиты, ведь пища в медленноварке никогда не подгорает и не выкипает.

Side-by-Side от Samsung: больший объем при тех же размерах!

Новая разработка компании Samsung – Side-by-Side холодильники серии G –сочетает в себе лаконичный дизайн премиум-класса и целый арсенал передовых технологий. Но самое удивительное – внешне никакой разницы, размеры холодильника остались прежними. Каждый кубический сантиметр внутри новых холодильников G-серии задействован оптимально: полки-трансформеры позволяют разместить любые негабаритные продукты и посуду. Два цветовых решения – черное зеркало или натуральная «нержавейка» – подойдут для любого дизайна кухни. Система No Frost исключает возможность образования инея и льда на стенках камер, а технология Silver Nano™ предотвращает размножение бактерий и обеспечивает отсутствие посторонних запахов в камерах.

Journal-plaza.net ®

Секрет вкуса японской кухни

Традиционный для кухни Страны восходящего солнца соевый соус уверенно завоевал популярность в разных уголках планеты как особенный продукт, который не только подчеркивает натуральный вкус рыбы, мяса и овощей, но и приносит пользу здоровью.

Начиная с XVII века точным последователем древних традиций производства японского соевого соуса натурального брожения является компания Kikkoman – мировой лидер на рынке соевых соусов, японских соусов-приправ и соусов-маринадов. На престижном европейском конкурсе Great Taste Awards 2008 соусы Kikkoman были отмечены высшей наградой «Три Золотые Звезды» в категории «Восточные соусы для приготовления». Отметим, что «Три Золотые Звезды» – самая высокая награда для производителей продуктов питания и напитков. Уже 15 лет Great Taste Awards является признанным и уважаемым экспертом специализированных продуктов питания и напитков, проводя анализ и оценку по самым точным критериям.

Самое лучшее качество в новой упаковке

На рынок Украины выходит улучшенная приправа «Мивина» с еще более ярким ароматом и по-настоящему насыщенным натуральным вкусом. Отныне у вашей любимой приправы новая современная упаковка: теперь «Мивина» не только дарит необыкновенный вкус и аромат каждому вашему блюду, но и становится более привлекательной внешне. Вы непременно заметите улучшенную приправу «Мивина» благодаря новому оформлению упаковки – яркому и «вкусному». Новая «Мивина» придаст любым блюдам выразительный вкус и аромат. А главное, вкусовая приправа «Мивина» и в своем новом облике гарантирует привычное и надежное сочетание стабильного качества, самого лучшего вкуса и отменного аромата, умеренной цены и удобства в приготовлении.

Море + соль = Salute di Mare

Общеизвестно, что лучше употреблять в пищу натуральную морскую соль. В отличие от каменной, морская соль добывается естественным путем, и в ней отсутствуют пищевые добавки. Процесс получения соляных кристаллов методом испарения чистой морской воды под воздействием солнца и ветра позволяет сохранить в пищевой соли ТМ Salute di Mare множество биологически активных элементов. В ее состав кроме хлорида натрия входит комплекс микро- и макроэлементов (калий, магний, марганец, медь, железо, цинк), благодаря которому соль ТМ Salute di Mare (в переводе с итальянского – «здоровье моря») оправдывает свое название. Для тех, кто беспокоится о своем здоровье и ценит практичность, ТМ Salute di Mare предлагает новинку – морскую соль в удобных мягких упаковках – классическую соль и дополнительно обогащенную йодом – для использования в салатах и закусках, а также для подсаливания еды непосредственно за столом.

Journal-plaza.net ®

Хрену не хватает!

Хрен со свеклой, ТМ «Здорова родина»

В составе указаны: хрен, свекла, соль, сахар, уксус и сорбат натрия Е201. 70 г. 57 ккал/100 г.

Хрен сливочный, Kühne

Мелко тертый острый хрен со свежими сливками. Отличная приправа к колбасным изделиям и рыбе. 250 г. 306 ккал/100 г.

В пасхальное воскресенье на праздничном столе появляется множество холодных мясных закусок и колбасных изделий. А к мясу у нас обычно подают тертый хрен (иногда со свеклой). Вот мы в редакции и решили продегустировать консервированный хрен.

Хрен украинский, ТМ «Верес»

В составе также указаны модифицированный крахмал, стабилизаторы и красный краситель. 130 г. 94 ккал/100 г.

Хрен столовый со свеклой, ТМ «Делісcо»

Содержит свежие корень хрена и столовую свеклу, воду, соль, сахар и уксусную кислоту Е260. 250 г. 48,7 ккал/100 г.

Хрен «Вінницький» со свеклой

В составе – свежие корень хрена, свекла, вода, сахар, соль и уксусная кислота Е260. 250 г. 44,4 ккал/100 г.

Хрен столовый тертый, ТМ «Маринадо»

В составе – хрен, вода, соль, сахар, лимонная кислота, консервант Е211. 170 г. 46 ккал/100 г.

ВЛАДИМИР ХОМЯКОВ

Journal-plaza.net ®

Аппетит правит миром!

Журнал **«Кушать подано!»** и **ТМ «Дрыгало»** ищут настоящих отечественных гурманов, которые не представляют своей жизни без сытных блюд украинской кухни, для участия в почти спортивном и очень веселом конкурсе «Кто больше съест ленивых вареников».

Если вы уверены в своих силах, обладаете завидным аппетитом и хотели бы заполучить титул «Самого быстрого в поедании ленивых вареников» и трофей победителя – обязательно дайте нам знать о своем существовании!

ФИО ....

Адрес ....

Номер телефона .... Возраст ....

Профессия .... Семейное положение ....

Фирменное блюдо ....

Кулинарное кредо ....

Для участия в конкурсе вы должны:

Купить ленивые вареники ТМ «Дрыгало», отварить их и сфотографироваться с кушаньем, чтобы тем самым доказать свое глубокое уважение к украинскому национальному блюду.

Заполнить отрезной купон, вложить его вместе с фотографией и логотипом от любой упаковки продукции под ТМ «Дрыгало» в конверт и отправить *до 20 мая 2009 г. по адресу: 02140, г. Киев, ул, Мишуги, 3-в, оф. 19, International Media, конкурс от ТМ «Дрыгало».*

Конкурс будет проходить в три этапа:

1. Читатели «Кушать подано!» подают свои заявки на участие в конкурсе до 20 мая 2009 г.

2. Редакция журнала «Кушать подано!» до 20 мая 2009 г. отбирает 10 финалистов для открытого участия в конкурсе.

3. Завершающий этап конкурса будет проходить в одном из ресторанов Киева. Финалистам будет предложено в течение 10 минут есть ленивые вареники ТМ «Дрыгало». После команды ведущего поедание вареников прекращается. Побеждает тот, у кого в тарелке окажется меньше всего ленивых вареников. Победитель и участники награждаются месячным запасом разнообразной продукции ТМ «Дрыгало» и подарками от редакции журнала «Кушать подано!».

Journal-plaza.net ®

40 минут · 322 ккал · 4 порции

Главное – зелень

Общее правило приготовления супов со свежей зеленью – минимальная термическая обработка. Кроме этого, чтобы относящиеся к категории жирорастворимых витамины A, E, D переходили в наиболее усвояемую форму, супы необходимо заправлять растительным маслом.

Суп из шпината и крапивы по-флорентийски

На 4 порции:

- *250 г шпината*
- *250 г молодой крапивы*
- *1 репчатая луковица или лук-порей*
- *1 л мясного бульона*
- *1 ст.л. растительного масла*
- *150 мл молока или нежирных сливок*
- *1 ст.л. крахмала*
- *1–2 ч.л. растопленного сливочного масла*
- *1 желток*
- *4 ч.л. кетчупа или томатной пасты*
- *молотый мускатный орех, соль, перец по вкусу*

1 Луковицу или лук-порей измельчите, слегка обжарьте до прозрачности на растительном масле.

2 Добавьте мясной бульон и влейте разведенный молоком или сливками крахмал.

3 Добавьте в суп измельченные шпинат и крапиву, проварите не более 5 минут.

4 Протрите суп через сито или взбейте в блендере, добавьте масло, заправьте желтком, перемешайте, прогрейте на медленном огне.

5 Добавьте специи. Разлейте суп в тарелки, украсьте томатной пастой или кетчупом.

Journal-plaza.net ®

Густой суп из шпината

На 4 порции:

- *750 г шпината*
- *1 луковица*
- *6 картофелин*
- *4 ст.л. растительного масла*
- *1 л мясного бульона*
- *3 зубка чеснока*
- *4 ломтика поджаренного в духовке хлеба*
- *40 г сливочного масла*
- *соль, перец, молотый шафран по вкусу*

1 Шпинат переберите, вымойте, влажным положите в кастрюлю, нагрейте до размягчения листьев, слейте сок.

2 Луковицу измельчите. Картофель промойте, нарежьте ломтиками. Протушите на растительном масле лук, пока он не станет прозрачным, добавьте шпинат, тушите при перемешивании, пока не испарится вся жидкость. Положите картофель, приправьте солью, перцем, молотым шафраном.

3 Влейте кипящий мясной бульон, положите измельченный чеснок. Варите суп на слабом огне 25 минут.

4 Растопите сливочное масло и поджарьте на нем кубики хлеба до золотистого цвета. Посыпьте ими суп перед подачей.

В каждую тарелку можно дополнительно положить по яйцу пашот. Для этого осторожно разбейте яйца по одному в ложку и опустите в кипящую (но чтобы не бурлила) воду. Яйца должны вариться на расстоянии друг от друга.

40 минут | 280 ккал | 4 порции

123RF

Весенний супчик «Свежесть»

На 4 порции:

- *100 г молодого картофеля*
- *200 г цукини*
- *500 мл молока*
- *100 г лука-порея*
- *1 ст.л. растительного масла*
- *1 л кефира*
- *3 ст.л. сливок*
- *по небольшому пучку зеленого лука и укропа (можно заменить крапивой)*
- *соль по вкусу*

1 Картофель и цукини очистите, нарежьте небольшими кусочками и отварите в молоке.

2 Молоко слейте, овощи перетрите в блендере.

3 Лук-порей измельчите, обжарьте в растительном масле, положите в овощное пюре, добавьте кефир, перемешайте.

4 Положите в суп очень мелко нарезанные или перетертые в блендере перья лука и укропа (крапивы), введите сливки, приправьте по вкусу солью.

5 Поставьте на 2 часа в холодильник.

При подаче украсьте пшеничными сухарями и веточкой крапивы.

Мы предложили вариант супа в холодном виде. Можно сделать его и горячим. Просто замените кефир на мясной бульон или овощной отвар.

20 минут | 255 ккал | 4 порции

Journal-plaza.net ®

Сырный суп с зеленью

На 6 порций:

- *300 г твердого сыра*
- *1 морковь*
- *1 луковица*
- *1 ч.л. сливочного масла*
- *2 картофелины*
- *1,5 л воды*
- *250 г любой зелени (шпинат, крапива, петрушка, укроп)*
- *соль по вкусу*

В суп можно положить и обычный твердый сыр, а можно, если финансы позволяют экспериментировать, и голубые сыры (рокфор, камамбер).

123RF

1 Картофель вымойте и очистите, нарежьте кусочками, варите в подсоленной воде.

2 Морковь очистите и натрите на терке. Спассеруйте на сливочном масле. Луковицу измельчите, положите к моркови и обжарьте до золотистого цвета, затем перетрите в блендере вместе с измельченной зеленью.

3 Сыр нарежьте мелкими кусочками и положите в кастрюлю с картофелем, постоянно помешивая.

4 Когда сыр уже почти растворится, положите в суп перетертые овощи с зеленью.

5 Варите на медленном огне до полной готовности картофеля. Подавая, украсьте зеленью.

30 минут | 473 ккал | 6 порций

Journal-plaza.net ®

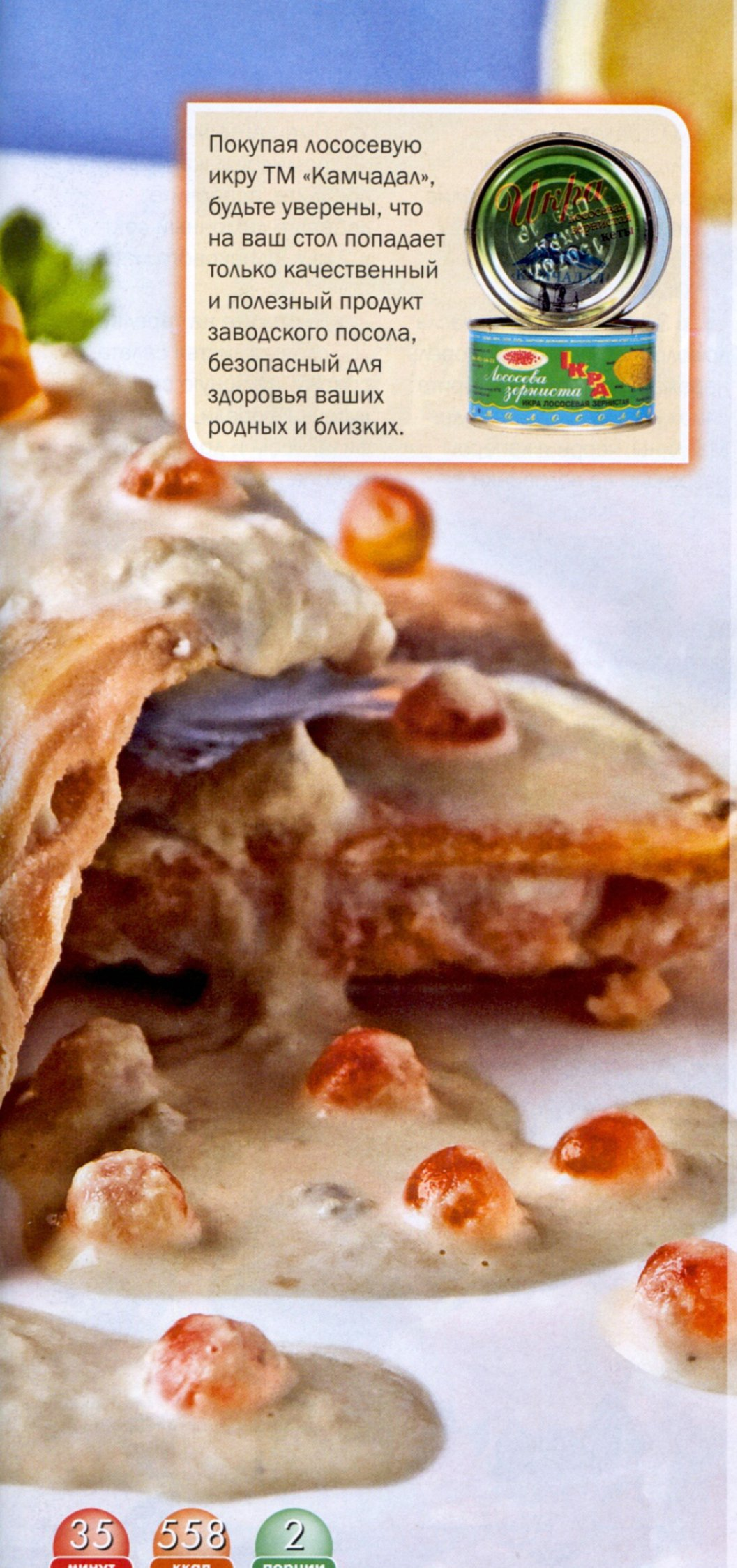
Journal-plaza.net ®

Рыбная идиллия

Эти блюда можно готовить практически по любому случаю – они идеально подходят и для праздничного торжества, и для ужина вдвоем. Для приготовления этих простых, но очень изысканных кушаний вам необходимо всего лишь несколько ингредиентов – филе рыбы, лососевая икра и оливки. Не скупимся, покупаем и готовим! Блюда этого стоят.

FOTO.MILLIONMENU.RU

Journal-plaza.net ®



Покупая лососевую икру ТМ «Камчадал», будьте уверены, что на ваш стол попадает только качественный и полезный продукт заводского посола, безопасный для здоровья ваших родных и близких.

Горбуша с икорным соусом

На 2 порции:

- *200 г филе горбуши*
- *1 ч.л. сока лимона*
- *100 мл густых сливок*
- *2 ст.л. лососевой икры ТМ «Камчадал»*
- *ломтики лимона, колечки маслин, зелень петрушки и лососевая икра для украшения*
- *лавровый лист, перец горошком, молотый черный перец и соль по вкусу*

1 Филе горбуши посолите, положите в сковороду, залейте небольшим количеством воды и припустите на медленном огне 20–25 минут.

2 За 5 минут до готовности рыбы добавьте перец горошком и лавровый лист, сбрызните лимонным соком. Рыбу немного охладите в бульоне, выньте.

3 Для соуса взбейте сливки и смешайте в блендере с лососевой икрой до однородной массы. Добавьте соль и перец по вкусу. Еще раз хорошо взбейте соус в блендере.

4 При подаче выложите горбушу на широкое блюдо, полейте соусом, украсьте тонкими ломтиками лимона, колечками маслин, лососевой икрой и свежей зеленью петрушки.

35 минут | 558 ккал | 2 порции

Journal-plaza.net ®

Рыбный салат с оливками ITLV

На 2 порции:

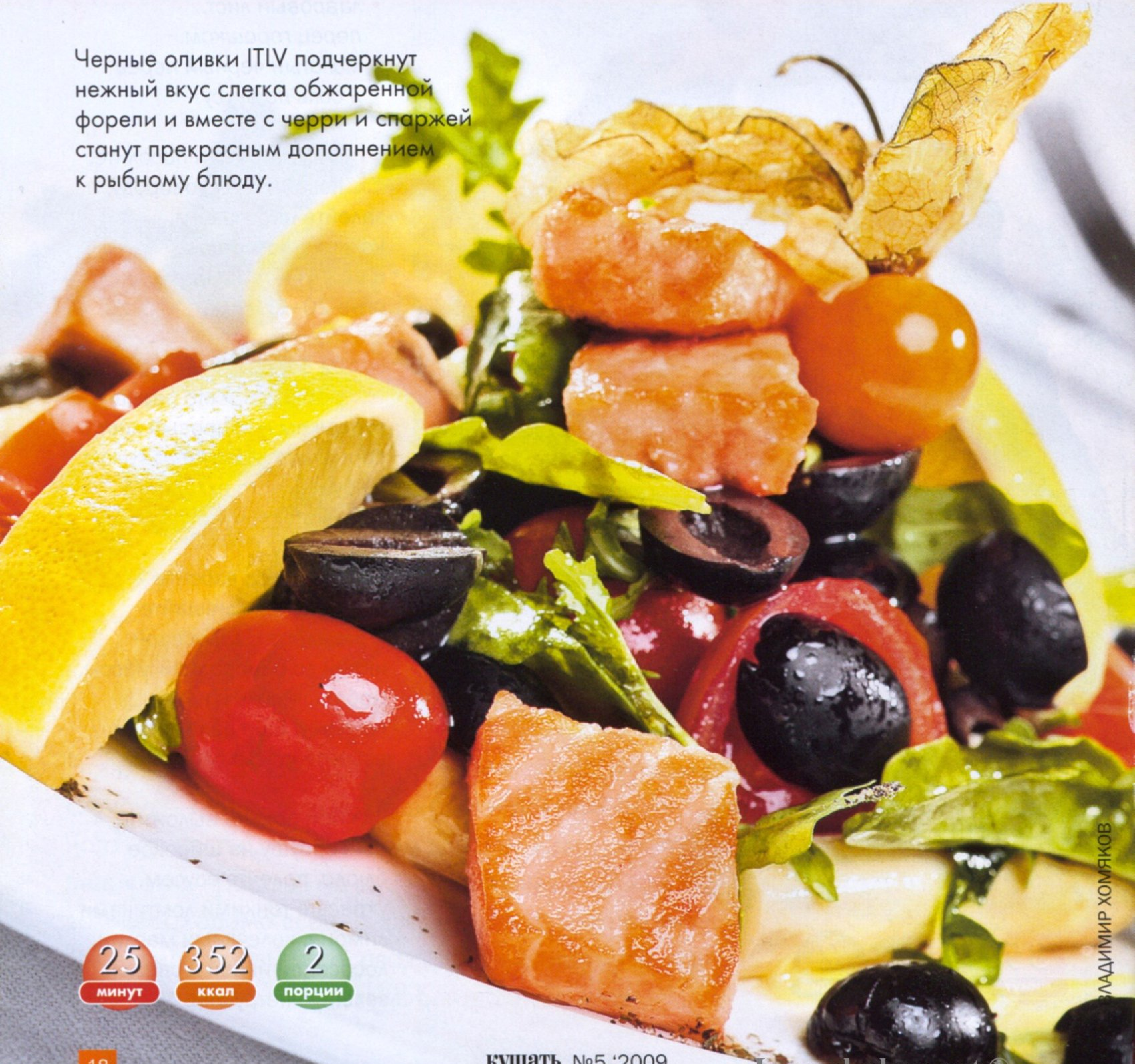
- *200 г филе форели*
- *1 банка черных маслин без косточек ITLV*
- *20 г каперсов*
- *10 помидоров черри*
- *50 г спаржи*
- *5 ст.л. оливкового масла ITLV*
- *2 ст.л. лимонного сока*
- *100 г салата фризе*
- *соль, перец по вкусу*
- *дольки лимона и физалис для украшения*

1 Обжарьте форель в 3 ст.л. оливкового масла до золотистой корочки. Форель нарежьте кубиками. Отварите спаржу в подсоленной воде. Маслины, черри и каперсы разрежьте на половинки.

2 Смешайте маслины, помидоры, каперсы, посолите, поперчите, добавьте лимонный сок и 2 ст.л. оливкового масла.

3 Выложите на тарелку слоями листья салата, спаржу, овощную смесь, кусочки форели. Украсьте физалисом и дольками лимона.

Черные оливки ITLV подчеркнут нежный вкус слегка обжаренной форели и вместе с черри и спаржей станут прекрасным дополнением к рыбному блюду.



25 минут | 352 ккал | 2 порции

ВЛАДИМИР ХОМЯКОВ

Journal-plaza.net ®

55 минут | 491 ккал | 4 порции

Империя вкуса

Кокос и лемонграсс, омары и кускус, пак-чой и соевый соус, телячья вырезка и шиитаке... Что объединяет эти необычные продукты? Все они встречаются в сегодняшней подборке экзотических блюд от шеф-поваров Пьера Мейера и Клаудии Шрьотер из ресторанов Hanse Stube и Taku отеля Excelsior Hotel Ernst.

Медальоны из палтуса с креветками

Рецепт на стр. 24

ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНЫ ОТЕЛЕМ EXCELSIOR HOTEL ERNST

Journal-plaza.net ®

Смузи из лемонграсса

Рецепт на стр. 24

Лемонграсс (лимонная трава) обладает резким горьковатым ароматом и вкусом. Эта трава стимулирует кровообращение и повышает эластичность тканей.

80 минут | 208 ккал | 4 порции

Journal-plaza.net ®

120 минут · 563 ккал · 4 порции

Дим-сум – легкие блюда китайской кухни, которые подают к чашке чая. В нашем случае дим-сум больше похож на пирожок, но иногда эту закуску готовят из риса, рисовой лапши, мяса или фруктов.

Телячья вырезка с грибами шиитаке и капустой пак-чой

Рецепт на стр. 24

ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНЫ ОТЕЛЕМ EXCELSIOR HOTEL ERNST

Journal-plaza.net ®

Омар с салатом из кускуса и фруктами

Рецепт на стр. 25

Кускус – каша из крупинок пшеницы твердых сортов, ячменя или пшена, покрытых слоем муки. Кускус подают на гарнир холодным и горячим, добавляют в салаты.

45 минут | 436 ккал | 4 порции

Journal-plaza.net ®

Медальоны из палтуса со шпинатом и креветками

На 4 порции:

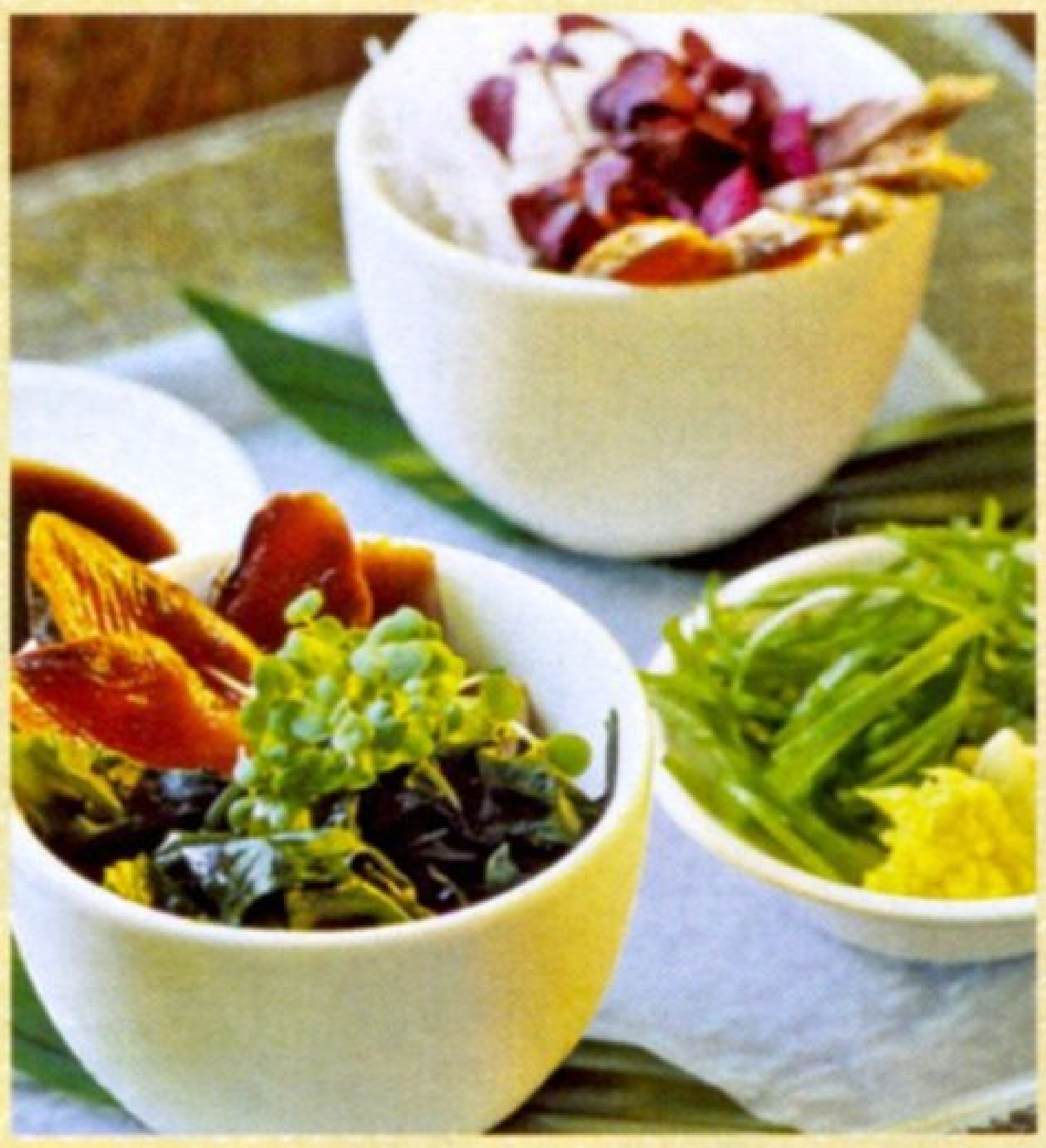
- *2 луковицы шалота*
- *3 ст.л. сахара*
- *1 ст.л. кунжутного масла*
- *4 ст.л. черного и белого кунжута*
- *100 мл соевого соуса*
- *30 мл мирина (очень сладкого рисового вина)*
- *500 г шпината*
- *2 ст.л. оливкового масла*
- *12 очищенных вареных креветок*
- *200 г филе палтуса*
- *свежая зелень и кусочки овощей для декора*
- *соль, перец по вкусу*

1 Очистите луковицы шалота, нарежьте кубиками и бланшируйте в подсоленной воде. Для маринада смешайте шалот, сахар, кунжутное масло, поджаренный кунжут, соевый соус и мирин.

2 Шпинат промойте, мелко нарежьте, бланшируйте, залейте маринадом. Измельчите 8 креветок и смешайте их со шпинатом.

3 Нарежьте филе палтуса на 16 кусочков. Придайте им округлую форму и поджарьте на оливковом масле, приправив солью и перцем. Оставшиеся 4 креветки поджарьте вместе с медальонами.

4 Выложите рыбные медальоны вместе с поджаренными креветками и салатом из шпината на тарелки и подлейте оставшийся маринад. Можно украсить кушанье веточками зелени, дольками овощей.



Смузи из лемонграсса

На 4 порции:

- *молоко одного кокоса*
- *250 г лемонграсса*
- *150 мл сока лайма*
- *мякоть половины кокоса*
- *100 мл минеральной воды*
- *мята для украшения*
- *сахар по вкусу*

1 За день до приготовления блюда вскипятите кокосовое молоко, положите в него мелко нарезанный лемонграсс и сахар. Дайте смеси настояться 24 часа.

2 На следующий день снова подогрейте смесь, процедите, добавьте сок лайма и поставьте в холодное место.

3 Охлажденную массу измельчите в блендере до консистенции пюре, процедите и добавьте минеральную воду.

4 Нарежьте мякоть кокоса тонкими пластинками и поставьте в духовку на 1 час при температуре 100°С. Время от времени переворачивайте.

5 Выложите смузи в стаканы, украсьте чипсами из кокоса и мятой.

Телячья вырезка с грибами шиитаке и капустой пак-чой

На 4 порции:

- *600 г телячьей вырезки*
- *2 маленьких кочана китайской капусты пак-чой*
- *150 мл куриного бульона*
- *150 мл соевого соуса*
- *4 ст.л. сладкого соевого соуса*
- *5 сухих грибов шиитаке*

ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНЫ ОТЕЛЕМ EXCELSIOR HOTEL ERNST

Journal-plaza.net ®

- *половина белого редиса*
- *3 луковицы шалота*
- *3 зубка чеснока*
- *1 кустик порея*
- *100 г корня имбиря*
- *100 г сахара*
- *2 ст.л. поджаренной муки*
- *150 г мелких грибов шиитаке*
- *200 г больших грибов шиитаке*
- *300 г дрожжевого теста*
- *4 ст.л. растительного масла*
- *соль, перец по вкусу*

1 Смешайте соевый соус и бульон, доведите до кипения. Добавьте сладкий соевый соус, сухие грибы шиитаке, измельченные 2 луковицы шалота, чеснок, редис и корень имбиря. Закипятите, добавьте сахар и варите соус 25 минут на медленном огне. Процедите и смешайте с мукой.

2 Мелкие шиитаке разрежьте пополам и обжарьте в растительном масле. Дайте маслу стечь. Положите грибы в соус.

3 Для начинки большие шиитаке и луковицу шалот нарежьте кубиками, обжарьте в масле, добавьте 2 ст.л. соуса, охладите.

4 Из теста сделайте выемкой кружочки. Наполните начинкой, защипните и придайте форму пирожков. Жарьте пирожки (дим-сум) в небольшом количестве масла в круглой сковороде под крышкой.

5 Телячью вырезку разрежьте на 4 куска, придайте им форму медальонов, обжарьте в растительном масле с двух сторон, посолите и поперчите. Поставьте медальоны в духовку, разогретую до 180°С, выньте через 5 минут. Когда медальоны немного остынут, снова поставьте их в духовку на 3–4 минуты.

6 Бланшируйте пак-чой в подсоленной воде, затем промойте в холодной воде. Лук-порей нарежьте полосками и обжарьте во фритюре.

7 Медальоны и пирожки дим-сум выложите на тарелки. Капусту пак-чой полейте соусом с мелкими грибами шиитаке, украсьте зеленой соломкой из порея. На гарнир подавайте рис сорта «Жасмин».

Омар с салатом из кускуса и фруктами

На 4 порции:

- *2 омара (по 500 г)*
- *щепотка тмина*
- *1 ст.л. сушеных лепестков василька*
- *200 мл апельсинового сока*
- *1 ч.л. сахара*
- *по 4 дольки апельсина, лимона и грейпфрута*
- *1 помело*
- *120 г кускуса*
- *200 мл бульона*
- *20 г жареных фисташек*
- *15 г изюма*
- *половинка сладкого перца*
- *8 листьев петрушки*
- *2 ч.л. сладкого соуса чили*
- *соль, перец по вкусу*

1 Налейте в кастрюлю воду, посолите и добавьте тмин, вскипятите. Отваривайте омары 5 минут, после чего промойте в холодной воде. Отделите клешни и хвост.

2 Подогрейте апельсиновый сок, добавив сахар, закипятите и упарьте на медленном огне на треть. Слегка разбавьте водой, добавьте лепестки василька, перемешайте. Полейте этим соусом дольки цитрусовых.

3 Приготовьте салат из кускуса. Для этого залейте кускус бульоном, поперчите и посолите, варите до готовности. Добавьте изюм, фисташки, перец, нарезанный кубиками, измельченную петрушку и соус чили.

4 Ложкой выложите кускус на тарелку, на него – кусочки омара. Дольки фруктов выложите веером, полейте соусом.

Journal-plaza.net ®

120 минут | 630 ккал | 8 порций

Говяжье филе в тесте
Рецепт на стр. 30

Надежная защита

Когда мясо еще готовили на открытом огне, его стали запекать в тесте, чтобы защитить от пригорания. Так мясо не высушивалось, не теряло вкуса и аромата. Поначалу корка из теста не употреблялась в пищу, но чего же добру пропадать – решили, что съедобным и вкусным должно быть не только мясо, но и запеченная корочка.

123RF

Journal-plaza.net ®

Для выпекания мясного пирога идеально подойдет форма диаметром не больше 14–16 см.

Закрытый мясной пирог

Рецепт на стр. 30

150 минут | 588 ккал | 6 порций

Journal-plaza.net ®

Пирог со свиным фаршем и яйцом

Рецепт на стр. 32

Вместо обычных куриных яиц попробуйте положить десяток вареных перепелиных яиц.

120 минут | 647 ккал | 6 порций

Journal-plaza.net

Говяжье филе в тесте

На 8 порций:

- *1 кг говяжьего филе*
- *1 ст.л. маргарина*
- *2 луковицы*
- *150 г шампиньонов*
- *300 г замороженного слоеного теста*
- *1 желток*
- *125 г сала*
- *1 ч.л. молока*
- *соль, перец по вкусу*

1 Говяжье филе помойте, обсушите. Маргарин растопите, обжарьте на нем мясо со всех сторон, приправьте солью и перцем. Снимите со сковороды и дайте остыть.

2 Сало и лук нарежьте кубиками. Сало добавьте в жир, на котором жарилось мясо, нагрейте, добавьте лук и тушите до прозрачности.

3 Шампиньоны мелко нарежьте, добавьте к луку, посолите и поперчите, обжарьте. Поставьте массу остывать.

4 Слоеное тесто разморозьте при комнатной температуре, раскатайте в продолговатый пласт, так чтобы его размеры были вдвое больше филе.

5 Немного луковой массы с шампиньонами выложите на середину теста на длину филе, на нее положите мясо, посыпьте оставшимся луком, заверните в тесто, положите на противень, облитый водой.

6 На верхней части теста сделайте три отверстия размером с монету (чтобы выходил пар) и смажьте поверхность теста желтком, взбитым с молоком.

7 Выпекайте филе в тесте 40–45 минут в духовке, разогретой до 220°С.

Закрытый мясной пирог

На 6 порций:

- *600–650 г муки*
- *70 г сливочного масла*
- *2 ст.л. растительного масла*
- *20 г свежих дрожжей*
- *200 мл молока (можно заменить холодной кипяченой водой)*
- *500 г свиного фарша*
- *1 луковица*
- *1 небольшое кислое яблоко*
- *1 ч.л. горчицы в зернах*
- *220 мл яблочного или виноградного сока (можно заменить бульоном)*
- *1/3 ч.л. сушеного тимьяна*
- *2 ст.л. быстрорастворимого желатина*
- *1 яйцо*
- *соль, сахар, черный молотый перец по вкусу*

1 Чтобы приготовить дрожжевое тесто, растопите сливочное масло на медленном огне и остудите. Растворите в теплом молоке дрожжи, 1/4 ч.л. сахара, 1/2 ч.л. соли. Влейте растительное и сливочное масла, перемешайте.

2 Постепенно введите муку и вымесите мягкое эластичное тесто. Слегка смажьте его растительным маслом, переложите в большую миску и поставьте в теплое место. Когда тесто подойдет, вымесите его еще раз, дайте снова подойти.

3 Приготовьте начинку. Лук очистите и мелко нарежьте. Яблоко очистите от кожуры и семян, натрите на крупной терке.

123RF

Journal-plaza.net ®

4 В миске соедините фарш, лук, яблоко, горчицу, тимьян, немного соли и перца. Фарш хорошо перемешайте. Влейте в него сок или бульон (100 мл) и еще раз хорошо перемешайте.

5 3/4 готового теста раскатайте в круглый пласт, выложите в форму для запекания, смазанную маслом. Оставшееся тесто тоже раскатайте в небольшой круг – это будет «крышечка» пирога.

6 На тесто выложите фарш и накройте его «крышечкой», края аккуратно защипните. В центре пирога сделайте отверстие для выхода пара. Поверхность смажьте слегка взбитым яйцом.

7 Поставьте пирог на 25–30 минут в нагретую до 200°С духовку. Затем температуру уменьшите до 180°С и готовьте еще 1 час. Если пирог слишком зарумянился, но еще не готов, накройте его сверху фольгой, сделав в ней отверстие для выхода пара.

8 Готовый пирог сбрызните водой, накройте полотенцем и дайте отдохнуть 15–20 минут. Затем пирог полностью остудите.

9 Приготовьте раствор желатина в горячей воде или бульоне (120 мл). Если необходимо, процедите через мелкое сито, остудите. Аккуратно влейте в отверстие в пироге. Поставьте пирог в холодильник на ночь. Подавайте холодным.

Мясной рулет в тесте

На 6 порций:

- *400 г замороженного листового теста*
- *200 г свиного фарша*
- *150 г говяжьего фарша*
- *400 г свежих шампиньонов*
- *1 луковица*
- *1 ст.л. сливочного масла*
- *50 г чернослива без косточек*
- *50 г кисло-сладкой кураги*
- *40 г кедровых орешков*
- *1 ст.л. горчицы*
- *1 яйцо*
- *1 желток для смазывания*
- *соль, перец, сахар, лимонный сок по вкусу*

1 Шампиньоны оботрите влажной салфеткой и нарежьте тонкими ломтиками. Лук почистите

Journal-plaza.net ®

и нарежьте маленькими кубиками.

2 Разогрейте сливочное масло, протушите в нем грибы и лук, посолите и поперчите, добавьте щепотку сахара и несколько капель лимонного сока.

3 Грибную массу быстро уваривайте на сильном огне, часто помешивая. Как только грибы начнут поджариваться, снимите сковороду с огня.

4 Смешайте свиной и говяжий фарши. Чернослив и курагу нарежьте кубиками, добавьте в фарш. Положите также кедровые орешки, горчицу, грибную массу и яйцо. Все хорошо вымешайте.

5 Тесто разморозьте при комнатной температуре (оставьте небольшой кусок для украшения рулета). Уложите пласт теста (25х30 см) на пленку. Выложите начинку по всей длине теста. Сверните рулет и уберите пленку.

6 Смажьте маслом высокую прямоугольную форму для выпечки. Выложите в нее рулет швом вниз. Из оставшегося теста сделайте узенькие полоски, выложите их решеточкой на поверхности рулета и смажьте взбитым желтком. Оставьте рулет на 30 минут.

7 Нагрейте духовку до 200°С. Выпекайте рулет 45–50 минут. Если верх начнет подгорать, прикройте рулет фольгой.

Пирог со свиным фаршем и яйцом

На 6 порций:

- *650 г муки*
- *40 г сливочного масла*
- *35 г свежих дрожжей*
- *6 яиц*
- *900 г свиного фарша*
- *6 луковиц*
- *6 ломтиков батона без корочки*
- *450–500 мл молока*
- *8 ст.л. растительного масла*
- *1 желток для смазывания*
- *6 ст.л. сметаны*
- *соль, перец, сахар по вкусу*

1 Приготовьте дрожжевое тесто. Сливочное масло растопите. В 200 мл теплого молока (36–37°С) растворите дрожжи, добавьте соль и щепотку сахара, влейте растопленное сливочное масло и добавьте 2 ст.л. растительного масла. Постепенно всыпьте муку. Замесите мягкое тесто.

2 Оставьте тесто в теплом месте, пока не подойдет. Вымесите еще раз и снова оставьте на полчаса.

3 Яйца отварите вкрутую, остудите и очистите.

4 Приготовьте начинку. Лук измельчите или пропустите через мясорубку. В оставшемся молоке замочите батон, оставьте на 5 минут, отожмите.

5 Смешайте фарш, лук, батон, сметану, 6 ст.л. растительного масла, посолите и поперчите. Все хорошо вымешайте.

6 Выстелите дно высокой прямоугольной формы смазанной маслом бумагой для выпечки. 3/4 теста раскатайте, выстелите им форму. Выложите на тесто фарш, вдавите в него вареные яйца.

7 Из оставшегося теста раскатайте «крышечку». Накройте ею пирог, прижмите к фаршу. Края хорошо защипните, смажьте взбитым желтком.

8 Выпекайте пирог 45 минут при температуре 210°С. Подавайте холодным, нарезанным на ломтики.

Journal-plaza.net ®

Простые рецепты

Часть 4. Блюда для пикника.

В теплый майский денек, свободный от работы и хозяйственных дел, наш народ любит поваляться на травке у речки или возле леса, расстелив скатерть-самобранку. И что интересно: сколько бы ни взяли с собой еды и напитков – все уходит молниеносно (это уже подмечено не одним заядлым любителем вылазок на природу). Готовьтесь основательно: еды на таких посиделках много не бывает – у всех просыпается волчий аппетит. Какие продукты и готовые блюда положить в корзину для провизии? Об этом в нашей подборке.

Journal-plaza.net ®

Рулеты с курицей

4 ст.л. муки, 550 г куриного филе, порезанного на полоски, 4 ст.л. измельченной петрушки, 2 листа лаваша (300 г), 2 помидора, нарезанных колечками, 6 ст.л. майонеза с чесноком, горсть свежих листьев салата, маленькое авокадо, очищенное от кожуры и косточки и порезанное на кусочки, растительное масло для обжаривания во фритюре, соль, перец по вкусу.

Влейте в сковороду масло и нагрейте (кубик булки, брошенный в горячее масло, должен обжариваться до коричневой корки за 30 секунд). Натрите куриное филе солью и перцем. Всыпьте муку на тарелку. Обваляйте полоски курицы в муке и обжаривайте в горячем масле в течение 3–5 минут до золотистой корочки. Достаньте из сковороды и обсушите на бумажном кухонном полотенце, переложите в миску и перемешайте с петрушкой. Лаваш разрежьте на большие куски, слегка намажьте каждый кусок майонезом, разложите на них курицу, кусочки авокадо, листья салата и помидоры. Сверните лаваш в рулетики.

Картошка для пикника

Картофель среднего размера (по 3 штуки на одного человека), сало, соль и специи по вкусу, рулон пищевой фольги.

Картофель тщательно вымойте, обсушите полотенцем. Сделайте глубокие разрезы на картофеле, но не до конца, чтобы половинки не распадались. Картофель внутри посолите, посыпьте специями, вложите плоский кусочек сала и заверните в фольгу каждую картошку по отдельности. Эти приготовления сделайте дома заранее. На пикнике останется запечь картошку в золе или на гриле. Готовность картофеля можно проверить протыканием ножом: нож должен легко входить. При подаче разверните фольгу и сочное дополнение к шашлыку готово!

Овощной пирог для пикника

500 г готового слоеного теста, 2 ст.л. растительного масла, 1 тонко порезанная красная луковица, 1 желтый перец, очищенный от семян и измельченный, 1 цукини, порезанный на кубики 1×1 см, 200 г томатного соуса, 125 г тертого твердого сыра (можно и моцареллы), 1 взбитое яйцо.

Нагрейте масло в сковороде и обжарьте на нем лук, перец и цукини до мягкости. Дайте остыть. Посыпьте рабочую поверхность мукой. Разрежьте тесто на два куска – один немного крупнее другого. Раскатайте маленький кусок в прямоугольник 25×30 см. Второй кусок раскатайте до 28×33 см. Положите кусок большего размера на стол, смажьте томатным соусом, оставляя 3 см до края. Положите сверху обжаренные овощи, затем тертый сыр. Сложите меньший кусок теста пополам, сделайте надрезы по сгибу на расстоянии 2 см друг от друга. Смажьте края взбитым яйцом. Разверните тесто и накройте им овощи. Сожмите края, аккуратно защипните. Запекайте пирог в предварительно разогретой духовке при температуре 220 °С до золотистого цвета.

Journal-plaza.net ®

Яйца по-шотландски

8 яиц среднего размера, 1 кг свиного фарша, 4 ст.л. муки, 225 г свежих хлебных крошек, растительное масло для обжаривания, соль, перец по вкусу.

Положите 6 яиц в кастрюльку и залейте водой, доведите до кипения и варите 8 минут. Залейте холодной водой, остудите и очистите. Положите фарш в невысокую миску и примните вилкой. Разделите фарш на 6 частей. Руками сформируйте из каждого шарика овальные лепешки толщиной 1 см. Держа лепешку на ладони, положите в центр яйцо. Залепите фарш так, чтобы получился шарик с яйцом внутри. Отложите. Взбейте два оставшихся яйца. На одну тарелку насыпьте приправленную солью и перцем муку, на вторую – хлебные крошки. Обваляйте шарики сначала в яйце, затем в муке и хлебных крошках. Повторите еще раз. Охлаждайте в холодильнике 10 минут. В глубокую сковороду влейте растительное масло на 1/3 глубины, хорошо нагрейте. Обжаривайте яйца в фарше по два, в течение 5 минут, переворачивая, до золотистой корочки. Достаньте и обсушите на бумажных полотенцах. Охладите. Подавайте холодными с зеленым салатом и горчицей.

Холодная мини-пицца

350 г муки, 3 ст.л. оливкового масла, 1 ч.л. сахара. 2 ч.л. сухих быстродействующих дрожжей, 7 ст.л. томатного соуса, 100 г сыра, порезанного кубиками, щепотка сушеного орегано, 3–4 порезанных ломтиками шампиньона, несколько измельченных охотничьих колбасок, зеленые оливки, растительное масло для смазывания противня, соль по вкусу.

Растворите в 225 мл теплой воды дрожжи и сахар. Перемешайте и оставьте на 10–15 минут, пока вода не запенится. Положите муку и 1/2 ч.л. соли в большую миску. Сделайте углубление в середине, добавьте дрожжи и оливковое масло. Вымешивайте, пока не получится плотное тесто. Если оно получается слишком мягким и липким, добавьте немного муки (такое тесто очень легко сделать в комбайне с насадкой для приготовления теста – замешивайте тесто около 5 минут на средней скорости). Вымесите тесто на поверхности, посыпанной мукой, переложите в миску, смазанную маслом, накройте пищевой пленкой и оставьте в теплом месте на 1½ часа, пока оно не увеличится в два раза. Ударьте тесто кулаком, чтобы выпустить воздух. Разделите на 2 порции и раскатайте каждую в круг. Стаканом выдавите лепешки, выложите на смазанный маслом противень. Намажьте каждую мини-пиццу томатным соусом, оставляя 1 см от края. Посыпьте сыром и орегано. Положите грибы, охотничьи колбаски и оливки. Сбрызните растительным маслом и выпекайте 10–15 минут в разогретой до 220 °С духовке. Достав из духовки, дайте остыть. Для щадящей транспортировки заверните в плотную бумагу.

Journal-plaza.net ®

Карп на углях

1 карп, 1 огурец, 2 луковицы, 2 лимона, приправа для рыбы по вкусу.

Очистите карпа, не отделяя головы. Мелко порежьте один огурец и две луковицы, сбрызните карпа изнутри и снаружи соком одного лимона, натрите приправой для рыбы и нашпигуйте смесью из огурца и лука. Заверните карпа в фольгу и запекайте на углях до полной готовности (около 45–50 минут). Подавайте с вареным рисом.

Морковный пирог с ананасом (для детей)

260 г муки грубого помола, 1 ч.л. молотой корицы, 165 г сахара, 60 г сушеного кокоса, 60 г молотого миндаля, 1/2 ст.л. соды, 3 взбитых яйца, 125 мл растительного масла, 180 мл йогурта, 130 г консервированного ананаса, 1 стакан тертой моркови, сахарная пудра для посыпки.

Разогрейте духовку до 200 °С. Квадратную форму 19×19 см смажьте маслом. Смешайте муку, соду и корицу в большой миске с сахаром, миндалем и кокосом. Добавьте оставшиеся ингредиенты и перемешайте. Тесто перелейте в форму и запекайте в течение 1 часа. Дайте постоять в форме 10 минут, затем переверните ее над решеткой и достаньте пирог. Перед подачей посыпьте сахарной пудрой.

Фаршированные шампиньоны

8 очень крупных шампиньонов, 1 большая луковица, 150 г сала, 2 ст.л. сливочного масла, 4 мелких помидора, 2 ст.л. оливкового масла, 2 ст.л. измельченной петрушки, соль и перец по вкусу.

У шампиньонов отрежьте ножки, из шляпок осторожно вычистите пластинки. Шляпки и ножки вымойте, обсушите. Ножки шампиньонов, лук и сало порежьте мелкими кубиками. Растопите сливочное масло, обжарьте на нем лук и сало, туда же положите измельченные ножки шампиньонов, протушите. Помидоры вымойте, обсушите, вырежьте несъедобные серединки, разрежьте пополам, удалите семена, нарежьте мелкими кубиками, добавьте к грибам, приправьте солью и перцем, тушите примерно 5 минут. Наполните этим фаршем шляпки шампиньонов, поместите их в смазанную жиром термостойкую форму, сбрызните форму оливковым маслом. Поставьте форму на решетку в предварительно нагретую духовку. Выпекайте при температуре 200 °С примерно 20 минут. Готовые шампиньоны посыпьте измельченной петрушкой.

Салат из картофеля, зеленого лука и сосисок

500 г картофеля, 150 г зеленого лука, 200 г сосисок, 2 ст.л. майонеза, 1/2 ч.л. сахара, зелень петрушки, соль по вкусу.

Картофель в кожуре и сосиски отварите, охладите, очистите и нарежьте кубиками. Зеленый лук мелко нарежьте и разотрите с сахаром. Все перемешайте, посолите и заправьте майонезом. Украсьте салат зеленью петрушки.

Journal-plaza.net ®

Что такое идеальная закуска? Сразу же представляется идиллическая картина с вытаскиванием солений из банок и нарезанием салатиков... Но, подумайте сами, так делают все. А приготовив такой вот несложный тортик, вы представите близким совершенно новую и оригинальную закуску.

Чудо-тортик

90 минут | 448 ккал | 8 порций

FOTO.MILLIONMENU.RU

Journal-plaza.net ®

Блинчатый тортик с авокадо и копченой семгой

На 8 порций:

- 200 г пшеничной муки
- 1 яйцо
- 550 мл молока
- 4 ст.л. растительного масла
- *1 ч.л. сахара*
- *300 г тонких ломтиков копченой семги*
- *1 авокадо*
- *1 ст.л. зелени укропа*
- *100 мл майонеза*
- *2 ст.л. сметаны*
- *соль по вкусу*

1 Молоко соедините с яйцом, солью и сахаром. Влейте постепенно в муку и взбейте до однородной массы. Тесто накройте салфеткой и оставьте на 30 минут.

2 Выкладывайте тесто небольшим слоем на сковороду с разогретым растительным маслом и жарьте тонкие блинчики до золотистого цвета.

3 Авокадо разрежьте вдоль пополам, наколите на нож косточку, слегка поверните нож и выньте косточку. Аккуратно отделите ложкой мякоть авокадо от кожуры. Мякоть нарежьте кубиками.

FOTO.MILLIONMENU.RU

Journal-plaza.net ®

4 Соедините кубики авокадо с майонезом, сметаной и рубленой зеленью укропа, переложите в блендер. Взбейте до однородной консистенции. Охладите массу.

6 Верхний блинчик обильно смажьте соусом из авокадо. Из ломтиков семги сделайте рулетики в форме розочек. Украсьте ими блинчатый тортик. Подавайте торт охлажденным.

5 Смесь из блендера перелейте в емкость. Укладывайте блинчики друг на друга, промазывая каждый соусом из авокадо и выстилая ломтиками семги.

Journal-plaza.net ®

Надежда Бабкина уверена: в пятьдесят у женщины открывается второе дыхание. И тогда можно и влюбиться как девчонка, и запросто сбросить 40 килограмм… А как она готовит! Фантастически! «Бабкин Дом: Угощает Надежда Бабкина» – это авторская коллекция вкуснейших кулинарных рецептов и секретов молодости и привлекательности певицы.

Сытный «Бабкин Дом»

45 минут · **390** ккал · **4** порции

Салат «Коктейльный»

На 4 порции:

- *200 г куриного филе*
- *1 свежий огурец*
- *1 сваренное вкрутую яйцо*
- *100 г чернослива с косточками*
- *100 г грецких орехов в скорлупе*
- *4 ч.л. сметаны*
- *4 ч.л. майонеза*
- *зелень по вкусу*

1 Чернослив вымочите в кипятке, охладите, выньте косточки. Отварное куриное филе, огурец, чернослив нашинкуйте соломкой, яйцо мелко порубите, орехи очистите от скорлупы, измельчите.

2 Сметану смешайте с майонезом. Подготовленные продукты уложите слоями в фужеры, полейте майонезно-сметанным соусом, сверху украсьте орехами и зеленью.

БАБКИН ДОМ: УГОЩАЕТ НАДЕЖДА БАБКИНА/НАДЕЖДА БАБКИНА. – М.: ЭКСМО, 2009. – 256 С.: ИЛ. – (КУЛИНАРИЯ).
БЛАГОДАРИМ ИЗДАТЕЛЬСТВО «ЭКСМО» ЗА ПРЕДОСТАВЛЕННУЮ КНИГУ

Journal-plaza.net ®

40 минут | 420 ккал | 2 порции

Огуречный супчик-пюре

150 минут | 400 ккал | 6 порций

Морковные булочки

70 минут | 389 ккал | 8 порций

Сырное суфле

Рецепты на обороте

Journal-plaza.net ®

Огуречный супчик-пюре

На 2 порции:

- *250 г филе семги*
- *1 большой огурец*
- *150 мл несладкого йогурта*
- *50 г сметаны*
- *2 ч.л. лимонного сока*
- *1/2 ч.л. кориандра*
- *1 ст.л. сливочного масла*
- *2 ст.л. рубленого укропа*
- *соль, перец по вкусу*

1 Очистите огурец, нарежьте ломтиками, посолите, поперчите и оставьте на 10 минут. Положите в блендер, влейте йогурт, сметану и лимонный сок. Взбейте до состояния пюре, перелейте в миску, накройте и поставьте в холодильник на 2 часа.

2 Филе семги нарежьте кубиками, посолите, посыпьте кориандром и жарьте на сливочном масле, переворачивая, в течение 5 минут.

3 Рыбу охладите: часть смешайте с укропом, часть оставьте для украшения. Охлажденный суп выньте из холодильника, перелейте в стеклянные тарелки, украсьте каждую порцию кусочками рыбы.

Морковные булочки

На 6 порций:

- *3 стакана просеянной пшеничной муки*
- *1 стакан воды*
- *30 г дрожжей*
- *1/2 ч.л. растительного масла*
- *3 моркови*
- *сахар по вкусу*

1 Дрожжи разведите в теплой воде, дайте чуть-чуть набухнуть.

2 Положите сахар по вкусу, постепенно добавьте просеянную муку и тщательно вымесите тесто.

3 Морковь помойте, очистите и пропустите через мясорубку.

4 Морковную кашицу добавьте в тесто, хорошо перемешайте и оставьте для брожения на 2 часа в теплом месте.

5 На смазанный маслом противень выложите тесто в форме булочек, выпекайте до готовности.

6 Горячие булочки смажьте растительным маслом.

Сырное суфле

На 8 порций:

- *5 кабачков*
- *500 мл молока*
- *120 г пармезана*
- *4 яйца*
- *3 ст.л. сливочного масла*
- *3 ст.л. муки*
- *соль, перец по вкусу*

1 Кабачки очистите от кожуры, опустите в соленый кипяток и сварите. Затем откиньте на сито, нарежьте небольшими кубиками и сложите в смазанный маслом сотейник.

2 Муку смешайте с 1 ст.л. масла. Молоко вскипятите, добавьте мучную смесь и варите, помешивая, 20 минут.

3 Сыр натрите на терке, половину смешайте с желтками. Молоко снимите с огня, добавьте желтки с сыром.

4 Кабачки залейте полученным соусом, сверху полейте взбитыми белками, посыпьте оставшимся тертым сыром и поставьте сотейник в духовку на полчаса. Подавайте горячим.

БАБКИН ДОМ: УГОЩАЕТ НАДЕЖДА БАБКИНА/НАДЕЖДА БАБКИНА. – М.: ЭКСМО, 2009. – 256 С.: ИЛ. – (КУЛИНАРИЯ).
БЛАГОДАРИМ ИЗДАТЕЛЬСТВО «ЭКСМО» ЗА ПРЕДОСТАВЛЕННУЮ КНИГУ

Journal-plaza.net ®

140 минут | 318 ккал | 8 порций

Фаршированный кочан

40 минут | 435 ккал | 6 порций

Салат «Шуба с курицей»

85 минут | 347 ккал | 6 порций

Голубой карп

Рецепты на обороте

Journal-plaza.net ®

Фаршированный кочан

На 8 порций:

- *1 кочан капусты*
- *2 моркови*
- *3 луковицы* • *2 яйца*
- *300 г говяжьего фарша*
- *300 г свиного фарша*
- *2–3 ломтика белого хлеба*
- *1 стакан молока*
- *лавровый лист, гвоздика, горошины перца, соль, перец по вкусу*

1 Небольшой кочан свежей капусты варите в воде до тех пор, пока листья не начнут отделяться друг от друга. Выньте капусту из кастрюли и дайте стечь воде.

2 Поджарьте говяжий и свиной фарш, добавьте размоченный в молоке и отжатый хлеб, взбитые яйца, посолите, поперчите и перемешайте.

3 Раздвигая листья, но не обрывая их, заполните промежутки фаршем. Перевяжите кочан нитью, опустите в кипящую воду, добавьте измельченные морковь и лук, гвоздику, специи, соль и варите на слабом огне до готовности.

4 Нарежьте кочан на крупные кольца, подавайте со сметаной.

Салат «Шуба с курицей»

На 6 порций:

- *4 моркови*
- *2–3 зеленых яблока*
- *4 яйца*
- *3 картофелины*
- *250 г куриного филе*
- *6 грецких орехов*
- *100 г шампиньонов*
- *майонез по вкусу*

1 Отварите по отдельности морковь, картофель, грибы, куриное филе и яйца.

2 Натрите на терке 2 вареные моркови и поместите первым слоем на плоское блюдо, затем порежьте 2 яйца и уложите их вторым слоем. Мелко порежьте 1,5 картофелины и уложите на блюдо третьим слоем, сверху смажьте майонезом.

3 Следующим слоем уложите порезанное куриное филе, следом – яблоки, нарезанные кружочками.

4 Нашинкуйте грибы, посыпьте их рубленым грецким орехом.

5 Затем снова повторите слои моркови, картошки, яиц и майонеза. Оставьте в холодильнике на ночь.

Голубой карп

На 6 порций:

- *1,5 кг карпа*
- *120 мл уксуса*
- *150 мл белого вина*
- *300 г моркови*
- *1 луковица*
- *2 булочки*
- *2 пучка укропа*
- *1 кабачок*
- *2 ст.л. масла*
- *120 г сметаны*
- *соль по вкусу*

1 Морковь и кабачок очистите, нарежьте соломкой, лук измельчите. Все смешайте и поджарьте, выложите в овальную форму для выпекания.

2 Карпа почистите, натрите солью внутри и снаружи. Внутрь рыбы положите начинку из булки, перетертой с грубо нарубленной зеленью укропа.

3 Разведите уксус в 250 мл холодной кипяченой воды. Полейте рыбу этим маринадом – она должна приобрести голубой оттенок.

4 Выложите рыбу в овальную форму, залейте вином со сметаной и выпекайте 45 минут при температуре 180°С. Подавайте с овощами и получившимся соусом.

БАБКИН ДОМ: УГОЩАЕТ НАДЕЖДА БАБКИНА/НАДЕЖДА БАБКИНА. – М.: ЭКСМО, 2009. – 256 С.: ИЛ. – (КУЛИНАРИЯ).
БЛАГОДАРИМ ИЗДАТЕЛЬСТВО «ЭКСМО» ЗА ПРЕДОСТАВЛЕННУЮ КНИГУ

Journal-plaza.net ®

50 минут | 465 ккал | 6 порций

Ягодные кексы

35 минут | 488 ккал | 4 порции

Груши по-французски

60 минут | 390 ккал | 4 порции

Печенье «Сердечки с корицей»

Рецепты на обороте

Journal-plaza.net ®

Ягодные кексы

На 6 порций:

- *1/2 стакана овсяных хлопьев*
- *1,5 стакана муки*
- *1/2 стакана кефира*
- *1 ч.л. разрыхлителя*
- *1/2 ч.л. соли*
- *1 яйцо*
- *1/2 ч.л. молотой корицы*
- *1/4 стакана масла*
- *1/2 стакана сахара*
- *1 средний апельсин*
- *по 1 стакану клюквы и смородины*

1 Разогрейте духовку до 200°С. Смажьте растительным маслом 12 формочек для кексов.

2 В кефир всыпьте овсяные хлопья и дайте постоять 5 минут. Перемешайте муку, соль, корицу и разрыхлитель. Засыпьте овсяные хлопья мучной смесью, взбейте до однородной массы.

3 В большую миску натрите кожуру апельсина и выдавите сок. Добавьте сахар, яйцо, растительное масло, все тщательно перемешайте и соедините с тестом.

4 Введите ягоды (можно и замороженные), перемешайте, разложите по формочкам и выпекайте в течение 15 минут.

Груши по-французски

На 4 порции:

- *4 груши*
- *100 г творога*
- *2 ст.л. рубленого фундука*
- *2 ст.л. меда*
- *2 желтка*
- *100 г шоколада*
- *2 ст.л. сливочного масла*
- *2 ст.л. коньяка*
- *2 ст.л. сметаны*
- *толченые семена кардамона*

1 Творог, фундук, желтки и несколько толченых семян кардамона хорошо разотрите. Основание каждой груши срежьте и осторожно вычистите сердцевину.

2 Груши нафаршируйте творожной массой, сложите в форму и запекайте, накрыв фольгой, до мягкости.

3 Шоколад натрите на терке и растопите в небольшой кастрюльке на медленном огне при непрерывном помешивании. Добавьте масло, сметану и коньяк.

4 Груши выложите на блюдо, разрежьте пополам, залейте шоколадом и сразу же подавайте.

Печенье «Сердечки с корицей»

На 4 порции:

- *350 г муки*
- *1 ч.л. соды*
- *2 ч.л. молотой корицы*
- *100 г сливочного масла*
- *150 г сахара*
- *тертая цедра 1 лимона*
- *1 яйцо*
- *сахарная пудра для украшения*

1 Яйцо хорошо взбейте. Смешайте муку, соду и корицу в миске, добавьте размягченное масло, сахар, лимонную цедру, взбитое яйцо и вымесите песочное тесто.

2 Раскатайте тесто толщиной 5 мм, вырежьте из него формочкой большие сердечки. В центре каждого сделайте по 2 дырочки на расстоянии 5 см друг от друга.

3 Положите сердечки на смазанный маслом противень. Выпекайте печенье 10 минут до золотистого цвета. Остудите.

4 Возьмите красную тесьму, проденьте в дырочки и завяжите бантиком. Можно посыпать сахарной пудрой.

БАБКИН ДОМ: УГОЩАЕТ НАДЕЖДА БАБКИНА/НАДЕЖДА БАБКИНА. – М.: ЭКСМО, 2009. – 256 С.: ИЛ. – (КУЛИНАРИЯ).
БЛАГОДАРИМ ИЗДАТЕЛЬСТВО «ЭКСМО» ЗА ПРЕДОСТАВЛЕННУЮ КНИГУ

Journal-plaza.net ®

Куриные тефтели с моцареллой

На 4 порции:

- 500 г куриного филе
- 3 ломтика белого хлеба
- 1 яйцо
- 1,5 ч.л. куриной приправы ТМ «Мівіна»
- 200 мл нежирных сливок
- 100 г моцареллы
- 30 г тертого пармезана
- 150 мл растительного масла
- мука, сухари для панировки

1 Для фарша куриное мясо мелко порубите (или пропустите через мясорубку). Отделите белок от желтка. Пармезан натрите на терке.

2 Замочите белый хлеб в сливках, оставьте на 10 минут. Отожмите хлеб, положите в фарш, добавьте 1 ч.л. куриной приправы «Мівіна» и тертый пармезан. Положите оставшиеся после замачивания сливки и желток. Хорошо вымешайте.

3 Из фарша сделайте небольшие лепешки. В центр каждой лепешки положите маленький кусочек моцареллы, скатайте шарик, окуните во взбитый белок.

4 Панировочные сухари смешайте с оставшейся куриной приправой. Обваляйте тефтели в муке, еще раз окуните в белок, затем обваляйте в сухарях.

5 Обжаривайте тефтели со всех сторон в масле до полной готовности.

В куриной приправе «Мівіна» содержатся лишь необходимые для насыщенного вкуса и аромата компоненты – мясо курицы и композиция из натуральных овощей и специй.

ISTOCKPHOTO

Journal-plaza.net ®

Салатная алхимия

Для приготовления салатов можно использовать любые продукты – овощи и фрукты, рыбу и сыры. Но сегодня наибольшей популярностью пользуются салаты из зелени и морепродуктов или мяса. Дайте бой «Мимозе» и «Оливье» – приготовьте любой из предложенных салатов.

30 минут | 425 ккал | 2 порции

Спагетти «аль денте» с креветками

На 2 порции:

- *250 г спагетти, отваренных «аль денте» (варить ровно 12 минут)*
- *8 свежемороженых креветок среднего размера*
- *по 30 г шпината, рукколы и салата радиккио (или листьев цикория)*
- *по половинке красного и желтого сладкого перца*
- *4 помидорки черри*
- *1 желтый помидор*
- *100 г пармезана*
- *2 ст.л. оливкового масла*
- *2 ст.л. соевого соуса*
- *соль, перец, лимонный сок по вкусу*

1 Креветки разморозьте при комнатной температуре, слегка отварите в подсоленной воде и обжарьте до готовности в оливковом масле.

2 Зелень промойте, обсушите, произвольно порвите, приправьте по вкусу. Перец нарежьте полосками.

3 На две подогретые плоские тарелки влейте по 1 ст.л. соевого соуса и выложите спагетти, сверху – креветки, по центру – зелень, перец и нарезанный тонкими ленточками пармезан.

4 Украсьте блюдо половинками черри и кусочками желтого помидора. Сбрызните лимонным соком и оливковым маслом.

Journal-plaza.net ®

Помидоры, фаршированные креветками и зеленью

На 4 порции:

- *4 крупных помидора*
- *12 не очень больших свежемороженых креветок*
- *по небольшому пучку свежих листьев лолло-россо и салата фризе*
- *1 лимон*
- *2 ст.л. растительного масла*
- *соль, перец по вкусу*

1 С помидоров аккуратно срежьте верхушку, ложкой выньте большую часть мякоти, измельчите ее, обжарьте в растительном масле, посолите и поперчите. (Для устойчивости можно немного срезать у помидоров нижний край).

2 Креветки отварите в подсоленной воде, очистите. В помидоры выложите томатную начинку и поместите в каждый листья салата, три креветки и пару кусочков лимона.

3 Подавайте помидоры, выложив на тарелки, украшенные любым овощным соусом.

В помидоры также можно положить немного вареного риса, обжаренного с луком, чесноком и мякотью томатов.

30 минут | 323 ккал | 4 порции

123RF

Journal-plaza.net ®

Овощной салат с креветками

На 4 порции:

- 250 г латук-салата
- 100 г листьев цикория
- 16–20 свежемороженых креветок небольшого размера
- 250 г помидорок черри
- 1 крупная сладкая луковица
- 1 ст.л. оливкового масла
- 4 ч.л. лимонного сока
- несколько свежих листочков базилика
- соль по вкусу

1 Латук и цикорий промойте, обсушите и порвите на небольшие куски. Помидорки черри порежьте на половинки. Лук нашинкуйте тонкими крупными кольцами.

2 Креветки разморозьте при комнатной температуре, отварите в подсоленной воде и очистите от панцирей.

3 Латук и цикорий выложите в салатники, положите помидорки черри, кольца лука и отваренные креветки.

4 Сбрызните салат оливковым маслом и лимонным соком. Украсьте базиликом.

25 минут | 259 ккал | 4 порции

Не правда ли, этот салат очень эффектно подали? А все благодаря зеленой скатерти, подставке из бамбука и плотно связанным лентой приборам.

Journal-plaza.net ®

Теплый салат с куриной печенью и беконом

На 4 порции:

Для заправки:

- 4 ст.л. растительного масла
- 2 ст.л. соевого соуса Kikkoman
- 2 ст.л. рисового уксуса
- 1 ст.л. меда
- молотый черный перец

Для салата:

- 4 ломтика бекона
- 350 г куриной печени
- пучок салата латук
- 12 помидоров черри
- 25 г рубленого миндаля

1 Для заправки тщательно смешайте масло, соевый соус, уксус и мед. Приправьте смесь черным перцем.

2 Нарежьте бекон на полоски, обжарьте на сковороде 3 минуты до золотистой корочки, затем выньте. На жире от бекона поджарьте кусочки куриной печени. Готовьте 4–5 минут, помешивая время от времени, пока она не зарумянится. Положите бекон снова на сковороду, влейте заливку, прогрейте на медленном огне 1 минуту.

3 Латук вымойте, обсушите, порвите руками на куски. Черри порежьте на половинки. Выложите на тарелку листья салата и помидорки, сверху уложите бекон и кусочки печени. Полейте прогретым соусом, посыпьте рубленым миндалем. Подавайте незамедлительно.

Journal-plaza.net

На вес золота

Шеф-повар гастрономического ресторана отеля Le Bristol Эрик Фрешон предлагает вашему вниманию одно из своих любимых блюд, которое часто готовит на завтрак гостям своего заведения. Однако, это кушанье может быть и прекрасной закуской на обед или на ужин.

ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНО ГАСТРОНОМИЧЕСКИМ РЕСТОРАНОМ ОТЕЛЯ LE BRISTOL

25 минут | 389 ккал | 4 порции

Journal-plaza.net ®

Яйца всмятку с пюре из черных трюфелей и белыми сухариками

На 4 порции:

- *12 свежих домашних яиц*
- *50 г сливочного масла*
- *60 г черного трюфеля*
- *12 тонких брусочков белого хлеба*
- *5 мл концентрированной трюфельной эссенции*
- *соль, перец по вкусу*

1 Аккуратно снимите верхушки у сырых яиц, отделите белок от желтка. Обмажьте с внутренней стороны скорлупу маслом, посолите и поперчите.

2 Заполните скорлупу белком на треть объема. В яйцеварке доведите яйца до полуготовности (белок должен свернуться).

3 Осторожно выложите желток сверху на белок, слегка посолите.

4 Доведите до кипения концентрированную трюфельную эссенцию, добавьте мелко порубленные трюфели. Положите масло и взбейте до однородной консистенции. Трюфельную массу положите в яйца.

5 Обжарьте ломтики белого хлеба на сливочном масле. Украсьте ими яйца.

Journal-plaza.net ®

Проще простого

FOTOLIA.COM

«Сделать слойку» – в кулинарных книгах означает «приготовить слоеное тесто». Мы же сегодня будем готовить слойки из покупного замороженного листового теста. Это сэкономит силы и время и (да простят великие кулинары) спасет вкус и внешний вид готовой выпечки.

Слойки со шпинатом

На 4 порции:

- *200 г слоеного теста*
- *300 г свежезамороженного шпината*
- *1 болгарский перец*
- *1 пучок свежего базилика*
- *200 г сливочного десерта без наполнителей*
- *1 зубок чеснока*
- *1 яйцо*
- *соль, перец по вкусу*

1 Разморозьте тесто и шпинат. Шпинат отожмите и мелко порубите. Перец нарежьте небольшими кубиками. Оборвите листочки базилика и измельчите. Перемешайте все с десертом, выдавите в эту массу чеснок, приправьте солью и перцем.

2 Разрежьте пластины теста на четырехугольники. На верхней половинке теста сделайте небольшие надрезы. Выложите на тесто начинку. Смажьте края взбитым белком. Сложите тесто вдвое и плотно прижмите края. Смажьте слойки взбитым желтком, положите их на подготовленный противень и выпекайте 12–15 минут при температуре 225°С.

journal-plaza.net

Слоеное тесто очень сложно и долго готовить в домашних условиях. Вот производители и решили облегчить жизнь хозяйкам. Как ни старайтесь, но сделать дома тесто из 240 слоев и остаться в хорошем расположении духа – невозможно.

40 минут | 452 ккал | 4 порции

Картофельные слойки с зеленью

На 4 порции:

- *1 лист замороженного слоеного теста*
- *6 картофелин*
- *100–120 г тертого сыра*
- *1 луковица*
- *1 яйцо*
- *пучок зелени (петрушка, укроп или шпинат)*
- *2 ст.л. растительного масла*
- *соль, перец по вкусу*

1 Очистите картофель, отварите в подсоленной воде. Зелень промойте, обсушите и измельчите.

2 Луковицу очистите, нарежьте, обжарьте в растительном масле.

3 Картофель истолките до состояния пюре, добавьте жареный лук, зелень, соль и перец, хорошо перемешайте и немного остудите.

4 Добавьте в картофельное пюре тертый сыр, еще раз перемешайте.

5 Выложите начинку на тесто, сложите вдвое, защипните края, смажьте взбитым яйцом и выпекайте в духовке 15 минут до полной готовности при 185 °C.

Journal-plaza.net ®

Впали в детство

Как часто вы готовите специально для своих детей? Наверняка большинство мам ответит, что готовят исключительно для своего ребенка только по случаю его дня рождения. Достаточно ли этого? Нет, конечно же! Готовьте для детей чаще и не забывайте привлекать ребятишек к совместному творчеству на кухне.

Творожный десерт от Антонины Кирилюк из Харьковцов

На 4 порции:

- *200 г сливочного масла*
- *500 г творога*
- *250 г сахара*
- *200 мл молока*
- *1 пачка желатина*
- *изюм, орехи, бананы, ананас и киви по вкусу*

1 Сливочное масло, творог и сахар перемешайте и разотрите или взбейте миксером.

2 Желатин залейте молоком, перемешайте и оставьте до набухания, затем доведите до кипения.

3 Орехи измельчите. Фрукты очистите и нарежьте. Соедините сливочно-творожную массу с желатином, добавьте орехи и любые фрукты на свой вкус. Тщательно перемешайте.

4 Придайте десерту желаемую форму и поставьте в холодильник до полного застывания.

123RF, ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНЫ ЧИТАТЕЛЯМИ

Journal-plaza.net ®

Картофельная пицца с сыром от Валентины Витрук из Житомира

На 8 порций:

- *400 г картофеля*
- *250 г помидоров*
- *300 г куриного филе*
- *250 мл молока*
- *100 г твердого сыра*
- *3 яйца*
- *1 пучок зеленого лука*
- *2 ст.л. растительного масла*
- *сушеный укроп, соль, перец по вкусу*

1 Картофель и помидоры нарежьте тонкими кружочками. Картофель варите 7–10 минут.

2 Измельчите лук. Нарежьте куриное филе полосками, поперчите, посолите и обжарьте на растительном масле со всех сторон.

3 Взбейте яйца с молоком и тертым сыром, приправьте солью, перцем и сушеным укропом.

4 Форму для запекания смажьте сливочным маслом. Выложите в нее картофель, сверху – кружочки помидоров, колечки зеленого лука и куриное филе.

5 Залейте картофельную пиццу яично-молочной смесью и выпекайте в духовке, разогретой до 200°С, в течение 30 минут.

«Пасхальные кролики и К°» от Юлии Макасеевой из Каменец-Подольского

На 4 порции:

- *250 г готового слоеного теста*
- *половина куриной грудки*
- *1 соленый огурчик*
- *1 луковица*
- *черный перец горошком*
- *1–2 ст.л. растительного масла*
- *1 желток (для смазывания)*
- *соль, перец, свежемолотый мускатный орех по вкусу*

1 Лук измельчите, обжарьте в масле, добавьте нарезанное мясо, посолите, обжарьте. Положите кусочки огурца, молотый перец и мускатный орех. Обжаривайте еще пару минут, остудите, измельчите в блендере.

2 Раскатайте тесто и вырежьте 24 кружка формочкой диаметром 5 см. На 12 из них разложите по 1/2 ч.л. начинки.

3 Накройте оставшимися кружками. Края хорошо защипните. Из остатков теста слепите уши, глазки, носики и ротики разных зверьков. Заготовки с начинкой смажьте желтком, выпекайте 12–15 минут в разогретой до 200°С духовке.

Journal-plaza.net ®

Коктейли с историей

Ром – это больше чем алкогольный напиток. Это часть кубинской культуры. Знатоки утверждают, что этот напиток прекрасен и сам по себе, но на его основе можно приготовить также множество коктейлей. Бармен ресторана-паба «Куба» Евгений Голованец поведает рецепты приготовления самых популярных кубинских коктейлей.

10 минут · 146 ккал · 1 порция

Коктейль Cuba Libre

На 1 порцию:

- 50 мл темного рома
- 150 мл кока-колы
- 1 ч.л. сока лайма
- 3 кубика льда
- долька лайма для украшения

1. В стакан бросьте кубики льда, влейте ром, затем кока-колу и сок лайма.
2. Украсьте напиток долькой лайма.
3. При подаче положите в стакан трубочки.

ВЛАДИМИР ХОМЯКОВ

Journal-plaza.net ®

Коктейль «Розовый дайкири»

На 1 порцию:

- *50 мл белого рома Gavana Club*
- *30 мл ликера Triple Sec*
- *50 мл лимонного сока фреш*
- *20 мл ликера «Гренадин»*
- *кубики льда*

1 Смешайте все ингредиенты вместе со льдом в шейкере.

2 Всыпьте в бокал колотый лед, влейте напиток. Украсьте коктейль ломтиком лайма, листиком мяты и коктейльной вишенкой.

Дайкири был любимым напитком Эрнеста Хемингуэя. Лауреат Нобелевской премии по литературе хвастался, что запросто может выпить больше дюжины порций напитка за вечер.

10 минут | 192 ккал | 1 порция

Journal-plaza.net ®

Journal-plaza.net ®

Болгарский перец можно заменить кабачками, помидорками черри, некрупным молодым картофелем и кольцами лука.

Шашлычок из баранины и овощей на рисовой подушке

На 4 порции:

- *400 г мякоти баранины*
- *1 крупный желтый перец*
- *1 крупный красный перец*
- *150 г длиннозернистого риса*
- *800 мл воды*
- *1 ст.л. сливочного масла*
- *1 ст.л. рубленой зелени петрушки*
- *1 ч.л. соли*

Для маринада:

- *1 ст.л. горчицы*
- *1 ст.л. соевого соуса*
- *1 ст.л. растительного масла*
- *1 ч.л. лимонного сока*
- *1 зубок чеснока*
- *базилик для украшения*

1 Рис всыпьте в кипящую подсоленную воду и варите на медленном огне. Откиньте на дуршлаг, промойте горячей кипяченой водой. Соедините с зеленью петрушки, заправьте сливочным маслом.

2 Измельчите чеснок и смешайте для маринада все ингредиенты. Замаринуйте баранину, нарезанную крупными кусками, и поставьте на 1 час в холодильник.

3 На шампуры (шпажки) нанижите мясо, чередуя его с кусочками красного и желтого перца. Жарьте шашлык на гриле до готовности, поливая маринадом.

4 Выложите на тарелки рис, сверху – шашлычки на шпажках. Украсьте листочками базилика.

Journal-plaza.net ®

Поздравляем победителей!

В марте мы объявили конкурс, для участия в котором вам нужно было прислать фирменный рецепт блюда, которое вы часто готовите для своих детей. К нашему великому сожалению и удивлению (неужели наши читатели не готовят для своих крох?), вы проигнорировали наш призыв. Сегодня мы называем имена только 6 победителей, которые своими рецептами действительно заслужили победу в конкурсе.

6 победителей мартовского конкурса «Кулинарный шедевр» получают книги «Готовим вкусно»

Книги предоставлены издательством «Эксмо»

Антамонова Светлана (г. Кривой Рог),
Витрук Валентина (г. Житомир),
Кирилюк Антонина (с. Харьковцы),
Макасеева Юлия (г. Каменец-Подольский),
Прокопенко Марьяна (г. Тернополь),
Яровая Оксана (г. Черкассы)

Journal-plaza.net ®

Выбор гриля

С помощью такого чудесного устройства, как гриль, люди могут не только готовить вкусную и полезную еду (запекать овощи и фрукты, жарить мясо и рыбу без добавления животных и растительных жиров), но и значительно экономить время.

Плита ELECTROLUX EKC513508 X

■ Плита стеклокерамическая (85,8x50x60 см). Хромированная решетка. Термостат и автоприготовление. Четыре зоны нагрева. Верхний и нижний нагрев. Гриль с верхним нагревом и вентилятором. Класс энергопотребления А.

Гриль Tefal TG 5330

■ Мощность – 1400 Вт. Компактный прибор: высота не более 7,5 см, длина – 51 см, ширина – 31 см. Съемные плитки с антипригарным покрытием с индикатором нагрева. Прибор полностью разбирается и моется. Регулируемый термостат.

Микроволновая печь Moulinex MW 8690

■ Мощность – 900 Вт. Объем – 28 л. Гриль мощностью 1000 Вт. С функцией пароварки (2 программы для свежих овощей и 2 программы для замороженных овощей). Автоматическое программирование. Внутреннее и внешнее покрытие из нержавеющей стали.

Микроволновая печь LG MH-6348 DRB

■ Мощность – 950 Вт. Объем – 23 л. Гриль мощностью 1000 Вт. Автоприготовление (5 программ). Блюдо для хрустящей корочки и решетка для гриля. Быстрое размораживание. Антибактериальное покрытие внутренней камеры. Сенсорное управление.

Раклетт-гриль Binatone RG-7907

■ Мощность – 1200 Вт. Три уровня: для обжаривания, для запекания и для поддержания температуры. Гриль с антипригарным покрытием. Нагревательный элемент из нержавеющей стали. Ненагревающиеся ручки. Гранитная плита для приготовления без масла. 8 деревянных лопаток.

Встраиваемая духовка BOSCH HBN231

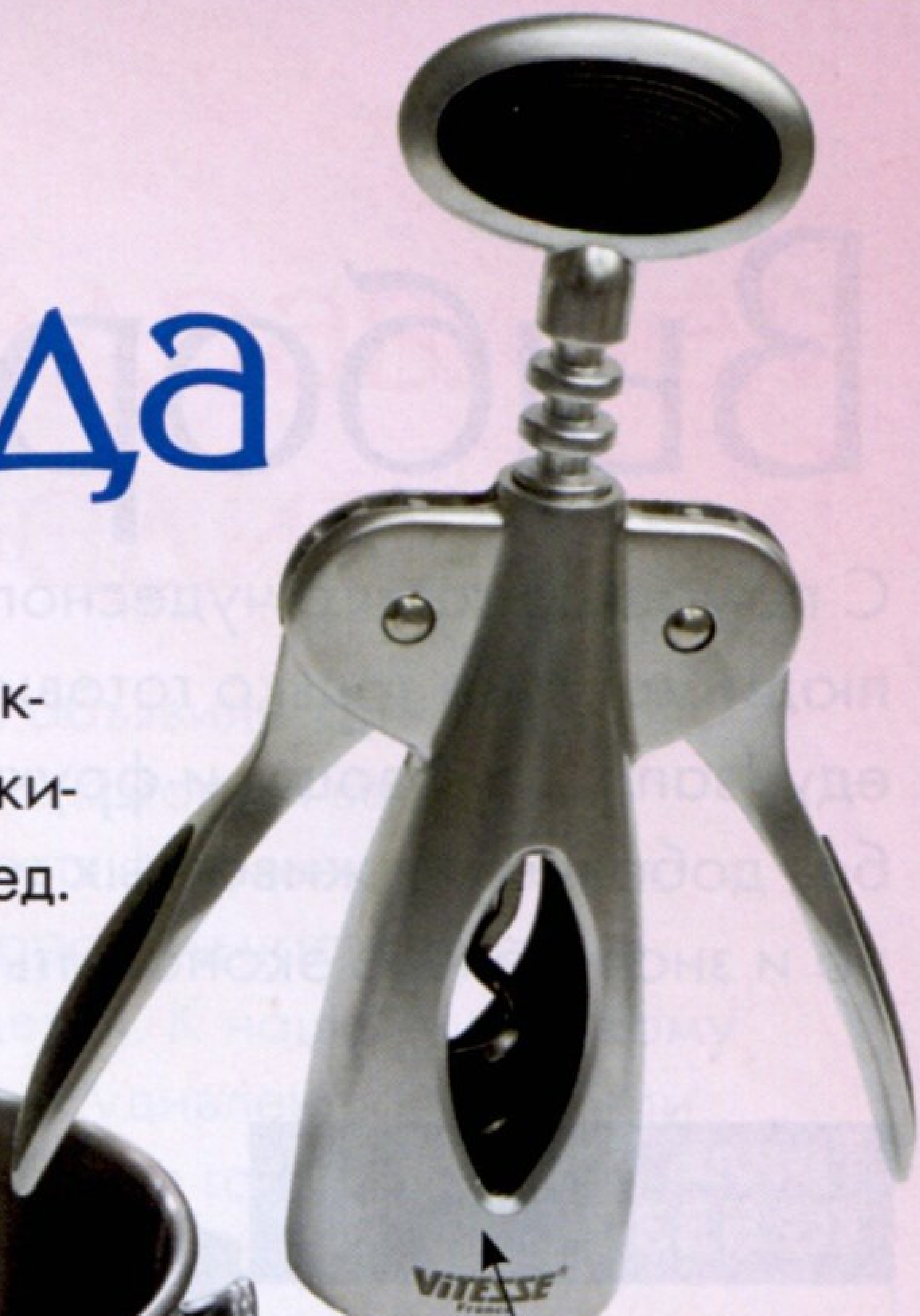
■ Объем – 52 л. Нержавеющая сталь. Механический контроль температуры. Виды нагрева: мультифункция – горячий воздух, верхний и нижний жар, вариогриль большой площади, гриль малой площади. Класс энергопотребления А.

ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНЫ КОМПАНИЯМИ

Journal-plaza.net ®

Крепкая вода

Май – чудесное время, чтобы откупорить бутылку вина (открыть банку пива, приготовить игристый коктейль – кому что по душе) и вместе с самыми близкими друзьями отдохнуть на несколько месяцев вперед.



Открывалка для бутылок BergHOFF, Бельгия, 100 грн

Набор Millennium для льда Tramontina, Бразилия, 337,74 грн

Шейкер GIPFEL (530 мл), Германия, 169 грн

Подставка для бутылки VS-1207 VITESSE, Франция, 123 грн

Штопор VS-1610 VITESSE, Франция, 151 грн

Фляга из нержавеющей стали, 50 грн

Набор пробок для бутылок на подставке GIPFEL, Германия, 122 грн

ВЛАДИМИР ХОМЯКОВ

Посуда: сеть магазинов «Посуд De Luxe» (ул. Княжий Затон 2/30, тел.: 573-78-55), магазин «Le Mage. Посуда и товары для дома» (ул. Мишуги 2, тел.: 577-09-30)

Journal-plaza.net ®

Сегодняшняя сервировка стола на открытом воздухе отличается от декора в домашней обстановке. Не так ли? Действительно, здесь совсем нет искусственных цветов, зажженных свечей и разноцветных шаров. Но взгляните: неужели чего-то не хватает? Все просто, и главное – доступно.

Игры на воздухе

1 Для воплощения этой простой идеи сервировки потребуется совсем немного: деревянный стол, подстилки под посуду, обычные приборы и полотняные салфетки. А! Еще один неотъемлемый атрибут хорошего отдыха – кресла с удобной спинкой и разноцветные маленькие подушки каждому гостю.

2 Деревянный стол (лучше из дубовых отшлифованных досок, покрытых лаком) вынесите на террасу или поставьте в беседку (чтобы защититься от внезапных порывов ветра и сквозняков).

3 Скатерть на стол не стелите – она будет лишней. Вместо этого купите несколько подстилочек под тарелки. Хорошо смотрятся прямоугольные лоскутки полотняной ткани (или из обычной мешковины). Если нет – положите на стол бамбуковые подстилки.

4 Пластиковая посуда может испортить отдых, поэтому, если вы облюбовали местечко возле дома, – возьмите керамические тарелки и стеклянные стаканы (даже те, которыми вы пользуетесь каждый день). Пока стаканы не наполнены, переверните их вверх дном, чтобы в них не попадал сор.

5 Последний штрих – сложенная белая салфетка. Правда, нехлопотно? Приятного отдыха!

123RF

Journal-plaza.net ®

5 способов сделать кальмары еще вкуснее

Приготовить мясо кальмара очень просто. Намного сложнее подготовить его к процессу варки. Чтобы мясо было мягким, разморозьте его при комнатной температуре или в слегка подсоленной холодной воде, снимите кожицу. Правда, в продаже часто встречается мороженое очищенное филе кальмара (целыми тушками, полосками или колечками).

- Отделить кожицу (верхнюю темную пленку) кальмара совсем несложно. Для этого используйте нож, если не получается – окуните сырое филе на несколько секунд в кипящую воду и быстро (с нажимом) соскоблите верхний слой.
- После очистки промойте филе кальмара холодной проточной водой. Затем отбейте его с обеих сторон, чтобы размягчились крепкие кольцевидные мышцы.
- С кальмарами дела обстоят так же, как с вареными яйцами: если долго их готовить, они теряют вкус и становятся жесткими. Варить или жарить мясо кальмара нужно максимум 5 минут.
- Чтобы приготовить кальмары под соусом или с добавлением приправ, достаточно 10–12 минут.
- Чтобы отварить кальмары, опустите их в соленую воду и добавьте зелень петрушки и укропа.

123RF

Journal-plaza.net ®